

Bệnh Cúm H1N1 Đại Dịch (Bệnh Cúm Heo)

Bệnh cúm H1N1 Đại Dịch (trước đây gọi là bệnh cúm heo) là gì?

Bệnh cúm H1N1 đại dịch là một chứng bệnh viêm đường hô hấp do một loại siêu vi cúm mới gây ra. Đây là thủ phạm gây ra dịch bệnh bùng phát ở nhiều nơi trên thế giới. Bệnh cúm này khiến nhiều người phải nằm viện và một số người tử vong ở một số thành phần dân số Hoa Kỳ.

Bệnh cúm H1N1 Đại Dịch có giống bệnh cúm theo mùa không?

Không. Hàng năm, có nhiều chủng siêu vi cúm lây lan trong cộng đồng của chúng ta và gây bệnh cúm theo mùa. Bệnh cúm H1N1 Đại Dịch là do một chủng siêu vi cúm mới gây ra. Siêu vi này lần đầu tiên xuất hiện tại Hoa Kỳ vào mùa xuân năm 2009. Cả hai bệnh cúm H1N1 Đại Dịch và bệnh cúm theo mùa đều có thể nghiêm trọng.

Bệnh cúm H1N1 Đại Dịch lây lan như thế nào?

Các siêu vi cúm thường hay lây lan nhất theo hình thức sau đây: trực tiếp từ người sang người qua những hạt nước bắn ra từ một người bệnh khi họ ho hoặc hắt hơi. Tuy nhiên, quý vị cũng có thể bị nhiễm cúm H1N1 Đại Dịch do chạm vào mắt, mũi, hoặc miệng của mình sau khi chạm vào một bề mặt như bàn, vòi nước hoặc nắm đấm cửa có siêu vi cúm đang còn sống trên đó.

Bệnh cúm H1N1 Đại Dịch nghiêm trọng như thế nào?

Đa số mọi người sẽ khỏi bệnh cúm H1N1 Đại Dịch mà không cần chữa trị. Tuy nhiên, cũng giống như bệnh cúm theo mùa, bệnh cúm H1N1 Đại Dịch có thể gây ra các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng. Phụ nữ mang thai; người lớn dưới 25 tuổi; trẻ nhỏ; và những người có các bệnh tiềm ẩn như bệnh suyễn, bệnh phổi, bệnh tim, bệnh tiêu đường và bệnh thận, dễ có khả năng mắc bệnh cúm, làm lây bệnh cúm và gấp các biến chứng cúm hơn.

Các triệu chứng của bệnh cúm H1N1 Đại Dịch là gì?

Nhiều triệu chứng của bệnh cúm H1N1 Đại Dịch cũng giống như các triệu chứng của bệnh cúm theo mùa. Các triệu chứng này gồm có sốt, ho khan, đau họng, ngạt mũi, nhức mỏi cơ thể, đau đầu và mệt mỏi. Bệnh cúm H1N1 Đại Dịch cũng có thể gây tiêu chảy và ối mửa, và có thể gây ra các biến chứng nghiêm trọng cho một số người.

Bệnh cúm H1N1 Đại Dịch được chữa trị như thế nào?

Cũng giống như bệnh cúm theo mùa, người bệnh nên dùng thật nhiều chất lỏng và nghỉ việc hoặc nghỉ học để nghỉ ngơi thật nhiều. Quý vị cũng có thể dùng acetaminophen (Tylenol®), ibuprofen (Motrin®, Advil®), hoặc naproxen (Aleve®) để chữa các triệu chứng sốt và nhức mỏi cơ thể. KHÔNG nên cho trẻ em dưới 18 tuổi dùng aspirin (acetylsalicylic acid). Đối với các trường hợp nghiêm trọng hơn, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể kê toa thuốc kháng siêu vi. Thuốc kháng siêu vi có thể làm thuyên giảm bệnh cho quý vị, giúp các triệu chứng chóng khỏi hơn và ngăn ngừa nhiều biến chứng cúm nghiêm trọng hơn.

Nếu bị bệnh, quý vị có nên đi xét nghiệm bệnh cúm H1N1 Đại Dịch không?

Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ quyết định có cần khám/xét nghiệm cúm hay không. Đa số những người có hệ miễn dịch khỏe mạnh không cần phải khám/xét nghiệm bệnh cúm H1N1 Đại Dịch vì họ sẽ tự khỏi bệnh. Tuy nhiên, những bệnh nhân nằm viện hoặc những người có các tình trạng sức khỏe đặc biệt làm suy yếu hệ miễn dịch như phụ nữ đang mang thai, những người mắc bệnh tiêu đường, trẻ sơ sinh và những người trên 60 tuổi cần được khám/xét nghiệm để chắc chắn sẽ có được biện pháp chữa trị tốt nhất cho họ.

> tiếp theo

Quý vị có nên đi chủng ngừa bệnh cúm H1N1 Đại Dịch không?

Thuốc chủng ngừa bệnh cúm H1N1 Đại Dịch khác với thuốc chủng ngừa bệnh cúm theo mùa (là loại thuốc ~~đã~~^{đã} được tiếp khuyễn cáo dùng hàng năm). Cũng giống như các loại thuốc chủng ngừa bệnh cúm theo mùa, thuốc chủng ngừa bệnh cúm H1N1 Đại Dịch thường sẽ an toàn, công hiệu và là cách tốt nhất để ngừa bệnh cúm.

Thuốc chủng ngừa H1N1 Đại Dịch sẽ được ưu tiên đầu tiên cho:

- Phụ nữ đang mang thai
- Những người sống chung hoặc chăm sóc trẻ sơ sinh dưới 6 tháng tuổi
- Nhân viên dịch vụ y tế cấp cứu và các nhân viên chăm sóc sức khỏe
- Trẻ em và thanh thiếu niên từ 6 tháng tới 24 tuổi
- Những người từ 25 tới 64 tuổi và mắc các bệnh mãn tính như bệnh tim hoặc phổi, bệnh suyễn, bệnh tiểu đường hoặc hệ miễn dịch bị suy yếu

Nếu quý vị được khuyến cáo chủng ngừa cúm H1N1 Đại Dịch, hãy liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị để thu xếp một buổi hẹn. Đừng quên hỏi nhà cung cấp dịch vụ của quý vị để biết quý vị có nên dùng thuốc chủng ngừa bệnh cúm theo mùa và thuốc chủng ngừa bệnh viêm phổi hay không (các loại thuốc này có thể ngừa các biến chứng cúm thông thường). Nếu không có nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, quý vị có thể chủng ngừa miễn phí hoặc với chi phí thấp. Xin vui lòng tới trang mạng điện toán www.publichealth.lacounty.gov hoặc gọi Đường Dây Tin Tức của Quận Los Angeles tại số 2-1-1 để biết thêm thông tin.

Thuốc chủng ngừa bệnh cúm H1N1 Đại Dịch có phải là bắt buộc không?

Quý vị không bắt buộc phải chủng ngừa bệnh cúm H1N1 Đại Dịch, tuy nhiên chủng ngừa là cách tốt nhất để ngừa bệnh cúm này.

Tại sao thuốc chủng ngừa bệnh cúm H1N1 Đại Dịch lại không được khuyến cáo cho người cao niên?

Các nhóm dân số được khuyến cáo chủng ngừa được ưu tiên vì họ dễ có nguy cơ mắc bệnh cúm này hơn, lây lan bệnh cúm hoặc gặp các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng hơn nếu mắc bệnh. Không giống như bệnh cúm theo mùa, bệnh cúm H1N1 Đại Dịch đã gây ra ít biến chứng hơn cho người cao niên. Điều này có thể là do người cao niên đã tiếp xúc với một dạng siêu vi H1N1 tương tự trước đây và đã có đôi chút miễn dịch (khả năng nhận biết và tiêu diệt siêu vi đó). Do đó, với lượng thuốc chủng ngừa hạn chế, chúng tôi sẽ chú trọng tới những người dễ có nguy cơ gặp các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng nhất.

Quý vị có thể làm gì để bảo vệ bản thân quý vị và gia đình tránh bệnh cúm H1N1 Đại Dịch?

Hãy tuân theo những lời khuyên thường ngày, đơn giản để giúp bảo vệ quý vị và gia đình quý vị tránh bệnh cúm.

- Che miệng và mũi bằng khăn giấy hoặc dùng óng tay áo khi quý vị ho hoặc hắt hơi.
- Rửa tay tay thường xuyên bằng xà bông hoặc nước và/hoặc dùng chất khử trùng dạng gel.
- Tránh chạm vào mắt, mũi hoặc miệng của quý vị vì vi trùng lây lan qua cách này.
- Tránh tiếp xúc gần gũi với người bệnh và nếu quý vị bị bệnh, hãy ở nhà trong ít nhất 24 giờ sau khi hết sốt.

Để Biết Thêm Thông Tin

**Trung Tâm Kiểm Soát và Ngừa Bệnh
(Centers for Disease Control and Prevention (CDC))**
(800) CDC-INFO hoặc (800) 232-4636
www.cdc.gov/h1n1flu/

**Sở Sức Khỏe Công Cộng California
(California Department of Public Health)**
(888) 865-0564
www.cdph.ca.gov

**Sở Sức Khỏe Công Cộng Quận Los Angeles
(Los Angeles County Department of Public Health)**
www.publichealth.lacounty.gov/H1N1
Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe: Gọi Số 2-1-1
DPH Update Listserv: Thư Điện Tử
Listserv@listserv.ph.lacounty.gov và ghi là “Subscribe
DPHUPDATE Họ và tên” trong dòng tiêu đề và nội dung thư

11/12/09

